

## Ist Krankheit Schicksal?

Vortrag am 27.06.2014:

Vortrag im Rahmen der Jahrestagung des Fördervereins der Psychosomatischen Klinik

Giovanni Maio schreibt zu diesem Thema:

Zum Schicksal gehört das Ungeplante und Unvorhergesehene und gerade diese Unplanbarkeit kann der moderne Mensch nicht zulassen, weil seine Lebenswelt durchdrungen ist durch Planung, durch Kontrolle, durch Sicherheitsgarantien. Planung, Kontrolle und Sicherheit sind Ausdruck einer Ära, die vor allem von Technik und Ökonomie lebt. In einer von Technik und Ökonomie durchdrungenen Welt wird das Schicksal nur als Stachel empfunden, als Stachel der nicht sein darf. Sollen wir also das Schicksal als etwas Gegebenes hinnehmen, sollen wir es als etwas hinnehmen, dem wir völlig ausgeliefert sind?

Können wir die Krankheit in diesen Bereich einordnen, zulassen, dass sie scheinbar unvorhersehbar über uns kommt und wir ihr nur ausgeliefert sind? Oder können wir die Krankheit als etwas verstehen, an deren Entstehung wir Teil haben, wo wir mit Urheber sind?

Hier wäre dann Demokrit, der griechische Philosoph zu nennen, der 400 v. Chr. lebte und sagte: „Allerwärts klagt der Mensch Natur und Schicksal an, und sein Schicksal ist doch in der Regel nur Nachklang seines Charakters, seiner Leidenschaften, Fehler und Schwächen“.

Seneca, der römische Philosoph und Schriftsteller sagte es nicht weniger drastisch: „Den Willigen führt das Schicksal, den Unwilligen reißt es mit“.

Der englische Mathematiker und Philosoph Hobbes sagte dazu: „Die Menschen werfen alle ihre Dummheiten auf einen Haufen, konstruieren ein Ungeheuer und nennen es Schicksal“.

### Der Vortrag gliedert sich in 8 Teile:

1. Geschichte
2. Glaube
3. Krankheit und Schuld
4. Vererbung
  - a) biologisch
  - b) sozial (Wiederholungszwang)
5. Schicksal oder Planbarkeit im Leben? (Geburt, Sterben)
6. Machbarkeit des Schicksals (Schönheitsoperationen, Organtransplantationen, Einfrieren, Clonen)
7. Schicksal und Therapie
8. Schicksal und Freiheit.

### 1. Geschichte:

In den Überlieferungen aus Mesopotamien und Ägypten finden sich die ersten Hinweise auf das Schicksal kranker und behinderter Menschen. Dort wurden Krankheit oder Behinderung als Strafe der Götter gedeutet, die nur haben geheilt werden können, wenn es zu einer Versöhnung der Götter kam. Gelingt dies nicht, so galt der kranke oder behinderte Mensch als „schuldhaft Gezeichneter, als Aussätziger“.

In Sparta (ca. 900 v. Chr.) wurden Kinder, wenn man sie für schwach oder behindert hielt, sofort getötet. Und selbst der berühmte Philosoph Platon (427 – 347 v. Chr.) empfahl, behinderte Kinder, da sie der Gesellschaft im Wege stünden, verhungern zu lassen.

Möglicherweise waren auch die Betreuung Behinderter durch christliche Klöster und Armenhäuser im Mittelalter in erster Linie dafür gedacht, die Öffentlichkeit vor diesem Anblick zu bewahren. Die Frage der Schicksalhaftigkeit von Gegebenheiten hing in der Geschichte nicht nur von dem Wissen ab, sondern auch von der jeweiligen Aufgeklärtheit einer Gesellschaft.

## 2. Der religiöse Glaube und das Schicksal:

Die Frage der Schicksalhaftigkeit und Schuld beim Auftreten von Krankheit hat durchaus verschiedene Wurzeln auch in der christlichen Religionsgeschichte: So finden wir einen Text im Neuen Testament: „Ich sagte nicht umsonst zu dem Kranken, der volle 38 Jahre lang am Teiche Bethesda ausharrte, um geheilt zu werden, als ich ihn von seinem Leiden erlöste: „Gehe hin und sündige künftig nicht mehr, damit dir nicht noch Ärgeres wiederfährt!“ Seine Gicht war nämlich eine Folge früherer Sünden. Und so war es auch bei dem meisten von mir Geheilten der Fall. Wären sie ob ihrer Lasten nicht erkrankt, wäre es auch um ihre Seelen geschehen gewesen. Nur Krankheit und Schmerz haben sie nüchtern gemacht und zeigten ihnen wie die Welt ihre Anbeter belohnt. Sie verloren durch die Krankheit ihr Verlangen nach irdischen Freuden und sehnten sich danach, bald von der Welt erlöst zu werden. Dadurch wurde ihre Seele freier, und sie konnten auch dann noch rechtzeitig geheilt werden“.

Und Jesus soll auch zu den Jud-Griechen gesagt haben: „Von allen Lastern ist das Schlimmste die Hurerei, Unzucht und Geilerei aller Art. Dazu verführt werden die Menschen durch Müßiggang und Hochmut. Denn dem Hochmut ist nichts heilig: Er sucht mit allen Mitteln seine welt sinnlichen Leidenschaften zu befriedigen. Werden von solchen Menschen Kinder gezeugt, kommen dadurch mit vielen Krankheiten behaftete Menschen in diese Welt. - Diese Sünde ist also eine der Hauptquellen für schlimme Krankheiten. - Daneben kommen aber auch Fraß und Völlerei, Zorn und Ärger als Ursache in Frage.

Auch wenn wir erst später darauf kommen werden, dass die überlieferte Meinung von Jesus bezüglich Krankheit und Schuld, doch sehr viel differenzierter war, neigte in späteren Phasen die Kirche, insbesondere im Mittelalter dazu, die Bedrohung durch Krankheit als Gottesstrafe durchaus als Mittel zu benutzen, um die gläubige Gemeinschaft in gewisser Weise einzuschüchtern und religiösen Gesetzen, aber auch autoritären Strukturen zur Macht und Durchsetzung zu verhelfen.

## 3. Krankheit und Schuld:

Im Johannes Evangelium wird erzählt: Jesus war mit seinen Jüngern unterwegs. Da trafen sie auf einen Menschen, den von Geburt an blind war. Die Jüngern fragten Jesus: „Wer ist schuld an seinem Blindsein?“ „Wer hat gesündigt: Er selbst oder seine Eltern?“ Diese Verknüpfung galt im Judentum zur Zeit Jesu und nicht nur im jüdischen Kulturkreis. Konsequenterweise war danach nur, Vergebung der Sünden anzustreben, damit auch die Krankheit überwunden werden könne. Es ist also nicht überraschend, wenn so viele Wunderheilgeschichten der Bibel zu erst einmal Geschichten von der Sündenvergebung sind: „Deine Schuld ist dir vergeben.“ Die Wunderheilung ist dann nur noch die Bestätigung dessen, dass die Vergebung der Sünden gilt. Aber Jesus sagte doch in diesem Zusammenhang zu der Frage der Apostel: „Weder er, der Blinde, noch seine Eltern haben gesündigt.“ Krankheit und Schuld sind in der Medizingeschichte schon immer eine enge Verbindung eingegangen und auch heute noch hat dieser Gedanke nicht nur in der Gesellschaft, sondern auch in jedem Einzelnen tiefe Wurzeln. In der Vorstellung der Entstehung von Krankheit spielt die Schuldzuschreibung eine wichtige Rolle, da sie in gewisser Weise auch dem Kausalitätsbedürfnis des Menschen entspricht. Ein Ereignis, das eine Schuld und somit auch eine Ursache hat, ist beherrschbarer als ein schicksalhaftes Ereignis. Die Eltern sind schuld, die Mutter ist schuld, der Staat ist schuld, der Stress der Moderne ist schuld. Der Verfall der Moral und Ordnung ist schuld. Selbst vor Krebserkrankung macht dieser Gedanke nicht halt: „Was habe ich falsch gemacht, dass ich Krebs bekomme.“ Gerade auch die Psychoanalyse hat über viele Jahre durch die schuldige Mutter sehr viel

Einseitiges zu diesem Thema beigetragen und der Gegenseitigkeit dieser Mutter-Kind-Dyade ebenso wenig Rechnung gezollt, wie dem biologisch-genetischen Gegebenheiten.

Es ist auch ein großes Bedürfnis der Menschen, etwas oder jemanden Schuldigen zu finden, um dem ungewissen Schicksal nicht weiter ausgeliefert zu sein. Im modernen China werden zum Beispiel Ärzte, die die Patienten nicht heilen können so häufig von vorwurfsvollen Patienten angegangen, dass in Krankenhäuser deswegen Polizeipräsenz notwendig wird. Stellt sich die Gesundung des Patienten nicht ein oder stirbt er gar, werden die Ärzte oder das Pflegepersonal handgreiflich belangt.

#### 4. Krankheit als Vererbung, die biologisch/soziale Schuld:

Die Vererbung spielt für die Erkrankung eines Menschen eine wichtige Rolle. Dies kann zum einen auf biologischem Gebiet geschehen, aber auch auf sozialem Gebiet gibt es eine gewisse Art von Vererbung. Die Frage wie schnell jemand altert, welche Erbkrankheiten er hat, welche Dispositionen und Anlagen er hat, bestimmte Krankheiten (Diabetes, Hypotonie, Nervenerkrankung etc.) zu bekommen, wird oft schon vom genetischen Code vermittelt. Die Aufmerksamkeit ist heute dabei vor allem auf die epigenetischen Phänomene gerichtet, in denen Vererbung nicht nur über einen Zeitraum von Jahrtausenden verändert wird, sondern durchaus schon im Laufe einer oder zwei Generationen genetische Codes aktiviert werden und dadurch Dispositionen an die nächste Generation weiter gegeben werden aufgrund von bestimmten Umwelteinflüssen.

Dies spielt z.B. in der Stressforschung heutzutage eine sehr große Rolle. Lange Zeit hatte man gedacht, dass genetische Veränderungen im Code nur im Bereich von Jahrtausenden sich verändern. Durch die Entdeckung der epigenetischen Phänomene wurde klar, dass es durch dieses An- oder Ausschalten von genetischer Information, Veränderungen durchaus schneller möglich sind. Gerade die Genetik spielt in der heutigen Frage der Möglichkeit des Angriffs in das Schicksal des Menschen natürlich eine sehr große Rolle. Nicht nur die Frage der Vorausberechnung der weiteren Entwicklung des entstehenden Lebens ist hier angesprochen, sondern auch die Möglichkeit, Erbkrankheiten bei Menschen auch feststellen zu können, wenn sie nur im genetischen Code angelegt sind, aber möglicherweise in der nächsten Generation wieder zum Ausdruck kommen können.

Als eindrucksvolles Beispiel für die unglaubliche Verantwortung und Schicksalhaftigkeit, die dieses Wissen gewinnen kann, ist der sogenannte Veitstanz zu erwähnen. Hier handelt es sich um eine Krankheit, die autosomal dominant vererbt wird, aber erst mit ca 40 Jahren ausbricht. Man kann nun mit Eintritt in die generative Phase von Kindern befallener Menschen untersuchen, ob diese Kinder das Gen haben oder nicht, ob sie somit selbst Kinder bekommen sollten. Hat man dieses Gen jedoch untersucht, steht damit auch fest, welches Schicksal diese Person dann ab 40 erleidet, ob sie also dann in 20 Jahren diese schreckliche neurodegenerative Erkrankung bekommen wird oder nicht. Den nicht Befallenen kann man damit die Erlösung bringen und ihnen klar machen, dass sie weder die Krankheit bekommen werden, noch sie weiter vererben werden. Den Befallenen ist dann jedoch auch klar, dass sie keine Kinder bekommen sollten und dass sie auch mit 40 diese schlimme Krankheit bekommen werden.

Die soziale Vererbung funktioniert natürlich wesentlich komplizierter. Dennoch ist es immer wieder erstaunlich, wie die sozialen Umstände und Erfahrungen in Beziehungen internalisiert werden und damit von Generation zu Generation innere Konflikte und Strukturen weitergegeben werden. In der Nachkriegsforschung hat man auch die Bedeutung der transgenerationellen Weitergabe von Traumatisierungen erforschen können. Gerade bei KZ-Opfern, also Opfern mit extremer Traumatisierung, konnte man verfolgen, wie oft erst in der 2. Generation diese Traumatisierungen in gewisser Weise vererbt waren.

Besonders beeindruckend ist in der Psychosomatik gelegentlich, wie nun z. B. Patientinnen, die das Schicksal ihrer Mutter durch den alkoholkranken Vater misshandelt zu werden miterlebt haben, die selbst unter den Schlägen des Vaters und den massiven Traumatisierungen gelitten haben, kaum dass sie erwachsen sind, sich wieder in eine solche traumatisierende Beziehung mit einem alkoholkranken Mann begeben.

Die Frage, wie sich ein Mensch entwickelt, ist natürlich sehr stark von seiner Umgebung, den fördernden oder hemmenden Einflüssen in der Familie, von der sozialen Situation, in die er hineingeboren wird und von den übrigen Ressourcen abhängig.

#### 5. Leben als Schicksal oder Planbarkeit:

Die Möglichkeiten der pränatalen Diagnostik hat natürlich ebenso wie die Frage der Euthanasie in der modernen Zeit erheblich an Bedeutung gewonnen. Durch die frühe embryologische Diagnostik, sowohl im Sinne der gentischen Untersuchung, aber auch im Sinne der enormen Exaktheit der sonographischen intrauterinen Diagnostik, ergeben sich vielfältige Möglichkeiten des Eingriffs, bis hin zu Bestimmung von Geschlecht und körperlichen Gegebenheiten des Fötus.

Die Befruchtung wird nicht mehr dem Zufall ausgeliefert, sondern durch Einfrieren der Keimzellen beliebig verschoben. Dem Schicksal wird sozusagen das Handwerk gelegt. Die Gegebenheiten die das Schicksal oder die Natur uns vorgegeben haben, werden durch Schönheitsoperationen und medikamentöse Stimulationen verändert. Kleinwuchs oder Großwuchs wird durch Beeinflussung der Wachstumshormone entweder stimuliert oder vorzeitig beendet.

#### 6. Die Machbarkeit des Schicksals:

Die Beeinflussbarkeit von Gesundheit durch größere Machbarkeiten, durch den Ersatz von Körperteilen, Gelenken, Organtransplantationen scheint die Schicksalhaftigkeit des Lebens weiter begrenzt zu sein. Keimgut kann beliebig eingefroren, Alterungsprozesse können hinaus geschoben, Genmanipulationen möglicherweise auch Eingriffe in die Lebensentwicklung möglich gemacht werden. Dies alles bringt dem Menschen immer mehr Verantwortung, Freiheit und nicht immer auch mehr Glückseligkeit und Gesundheit. Die Verschiebung des inneren Tag-/Nachtrhythmus durch Melatonin-Kapseln machen die Störungen nach Flugreisen durch Jetlag überflüssig. Diese Erweiterung der Möglichkeiten steht im Gegensatz zu Schopenhauers Verdikt: „Alle Beschränkungen beglückt. Je enger unsere Gesichts - Wirkungs - und Berührungskreis, desto glücklicher sind wir: Je weiter, desto öfter fühlen wir uns gequält oder geängstigt. Denn mit ihm vermehren und vergrößern sich die Sorgen, Wünsche und Schrecknisse“. Also die Möglichkeiten der Beeinflussung erweitern möglicherweise auch unsere Angst davor“.

#### 7. Therapie und Schicksal:

Körperliche Krankheiten sind in der Verantwortung des Arztes, quasi schicksalhaft über den Patienten gekommen, seelische Erkrankungen sind durch Fehlverhalten oder Fehleinstellungen des Patienten bedingt. Auf diesen kurzen Nenner ließe sich die Einstellung in unserer Gesellschaft bezüglich seelischer und körperlicher Krankheit verkürzen. Auch heute noch fühlen sich die Menschen viel weniger für ihre körperlichen Gebrechen zuständig, als für ihre seelischen. Für einen Schlaganfall fühlt sich ein Patient viel weniger verantwortlich, als für eine seelisch bedingte Ohnmacht oder eine Niedergeschlagenheit, für einen Schwindel oder ein Tinnitus weniger als für eine Erschöpfung oder Schlaflosigkeit. Die körperlichen Vorgänge werden vielmehr dem Schicksalhaften zugeschrieben, obwohl vielleicht der Schlaganfall erst durch Nikotinabusus, unbehandelten Bluthochdruck, Übergewicht und Bewegungsarmut zustande kam (auf die der Patient allemal hätte Einfluss nehmen können). So haben viele psychosomatische Symptome diese körperliche Attribuierung als wichtiges Anliegen. Manche Patienten mit Weichteilrheumatismus kämpfen militant darum, dass es sich um eine biologische (schicksalhafte) Erkrankung und damit um ein "wirkliches" Leiden handelt. Als Therapie bedeutet das entsprechend, dass Körpermedizin das Schicksal korrigieren muss. Die psychosomatische Therapie bedeutet, dass der Patient sich selbst ändern soll, Verantwortung für die Symptome hat und sich entsprechend anders anpassen soll. Dabei ist gerade die Beeinflussung der seelischen Entwicklung auch z. B. im Rahmen einer Psychotherapie ein sehr, sehr langfristiger, teilweise auch nicht möglicher Vorgang. Die Veränderungen der eigenen

inneren Objektbezüge, der Entwürfe für das Leben, der libidinösen Besetzungen, ist ein sehr hartnäckiger Vorgang. Der Mensch neigt eher dazu zu wiederholen, als sich zu verändern. Im Sinne einer Stabilität ist dies nun durchaus auch kein sinnloses Vorgehen. Schon Schopenhauer hatte gesagt: „Man kann nicht wollen was man will“, was nichts anderes bedeutet, als dass die Vorsätze relativ fruchtlos sind in der Umsetzung, wenn unser Unbewusstes sich dagegen stemmt. „Das Wasser fließt nicht gegen den Strom“, sage ich in diesem Zusammenhang manchmal zu den Patienten, wenn sie mit ihren rationalen Gedanken etwas verändern wollen, was ihrem inneren unbewussten Wunsch entgegensteht.

#### 8. Schicksal und Freiheit:

Sind wir also dem Schicksal und auch der Krankheit ausgeliefert, bestimmt durch Biologie und soziale Umstände oder gibt es durchaus eine Möglichkeit, der Beeinflussung. Salutogenese und Resilienz versuchen hier den Menschen Modelle an die Hand zu geben, die betonen, dass man tatsächlich durch Achtsamkeit und Fürsorge sehr viel zu seiner eigenen Gesundheit beitragen könnte, wenn es einem nur gelänge, die gesunden Anteile, die Ressourcen so zu fördern, dass die Krankheit gar keine Chance hätte, sozusagen „schicksalshaft“ überhand zu nehmen.

Der Begriff der Resilienz stammt ursprünglich aus der Physik und bezeichnet in der Werkstoffkunde die Fähigkeit eines Werkstoffes, sich verformen zu lassen und dennoch in die ursprüngliche Form zurückzufinden. Resilienz andererseits ist ein Ausdruck für die Kompetenz in der Krise, für die Fähigkeit, durch Zuhilfenahme persönlicher und sozial vermittelter Ressourcen, Schwierigkeiten zu meistern und diese Schwierigkeiten dafür zu nutzen, Entwicklungen anzustoßen. Es geht letztendlich auch um die Annahme von Symptomen als ein Angebot des Schicksals (?), etwas im Leben noch zu ändern, bevor es zu spät ist. Ein Hörsturz kann ein Anlass sein um sein Leben gesünder zu gestalten, eine Schwindelsymptomatik die weitere Überforderung zu stoppen und den Herzinfarkt zu möglicherweise zu verhindern.

Das Kohärenzgefühl, das nach dem Salutogenese-Konzept von Antonovsky am wichtigsten für eine stabile Persönlichkeit ist, beschreibt eine subjektive Grundeinstellung gegenüber unvorhergesehenen oder belastenden Ereignissen. Es geht dabei darum, wie ein Individuum potenziell belastende Umweltreize antizipiert und bewertet, vor dem Hintergrund eines Vertrauens in die Möglichkeit der eigenen Bewältigung und der Unterstützung von außen.

Drei Dinge sind dabei wichtig in der Gestaltung seines Lebens, nämlich die **Überschaubarkeit**, die **Handhabbarkeit** und die **Sinnhaftigkeit**.

Die Überschaubarkeit beschreibt die Erwartung einer Person, dass externe und interne Reize bzw. Entwicklungen zu ordnen, zu überschauen und vorherzusagen sind.

Die Handhabbarkeit sagt etwas über das optimistische Vertrauen aus, aus eigener Kraft oder mit fremder Unterstützung künftige Lebensaufgaben meistern zu können und

die Sinnhaftigkeit bedeutet, die individuelle Überzeugung, dass künftige Ereignisse sinnvolle Aufgaben sind, die einem gestellt werden und für die es sich lohnt, sich tatkräftig und emotional zu engagieren. Letztendlich bedeutet dies im Einzelnen, dass es wichtig ist, dass wir in unserer Arbeit und unseren Alltag etwas bewirken können, dass wir eine Möglichkeit haben, etwas zu tun, was uns auch Freude macht, was wir vielleicht auch ein bisschen besser können als andere. Es ist wichtig, dass unsere Arbeit einen Sinn hat, dass es Rückmeldungen gibt, zumindest indirekter Art, dass etwas gut gemacht wurde. Natürlich gehört zu dieser Gesundheitsförderung und zu dieser Resilienzförderung auch die eigene Fürsorge und Achtsamkeit: Dies kann darin bestehen, Rituale der Begegnung aufrecht zu erhalten (Saunaabende, Chor, Tanzgruppe, Gymnastik, Stammtisch etc.), eine kreative Methode für die Sinne zu finden, um Gehör, Geruch, Sehen, Fühlen, den Lagesinn angenehmen Reize auszusetzen. Es ist wichtig eine Mitte zwischen Anspannung und Entspannung zu finden, eventuell Entspannungsverfahren (Autogenes Training, Yoga, Qi Gong) zu erlernen und regelmäßig auszuüben. Sport steht natürlich an der Spitze dieser körperlichen Ertüchtigung, wobei mindestens einmal jedoch noch besser zweimal regelmäßig in der Woche Sport ausgeübt werden sollte. Auch hiermit können

wir natürlich die Gesundheit maximal fördern und uns nicht nur dem Schicksal der Krankheit ausliefern. Natürlich bleiben **Ernährung und Lebensführung** die zentralen Baumeister des Schicksals unserer Gesundheit. Bildung und Freundschaften stabilisieren die Gesundheit ebenso wie befriedigende Hobbys.

Dennoch warnt uns Giovanni Maio zu recht: „Die Verbannung des Schicksals als das, was alle Menschen in gleicher Weise verbindet und die Überwertung der Machbarkeit von Gesundheit kann ein Schnitt in die Entsolidarisierung sein, ein Schnitt in das Aufrechnen von Verantwortung für den eigenen Gesundheitszustand, der eben kein Los oder Geschick, sondern selbstgemacht wäre“. Und weiter fährt er fort: „Das Schicksal ist für den Menschen nicht nur ein Verhängnis, sondern zugleich auch eine Chance, ja ein Auftrag. Der moderne Mensch richtet seine ganze Kraft darauf, das Schicksal abzuschaffen, aber hierbei kann er nur scheitern, er macht sich damit selbst zum Don Quichote. Stattdessen sollte bewusstwerden, dass unser Schicksal nicht nur darin besteht, was uns zustößt, sondern auch und vor allen Dingen doch darin bestehen kann, wie wir uns zum Sosein und Hiersein selbst verhalten. Mit dem Geschickten ist längst nicht das Schicksal erfüllt, sondern das Geschickte kann als Auftrag gesehen werden, in einer Weise darauf zu reagieren, dass wir uns im Angesicht des Schicksals und nicht in Abwendung davon uns als ganze Menschen verwirklichen.“

Schopenhauer hat es zutreffend auf dem Punkt gebracht, als er in seinen Aphorismen den Satz prägt: „Das Schicksal mischt die Karten, und wir spielen“. Wir spielen. Wir werden durch das Schicksal aufgefordert zu spielen und uns in diesem Spiel zu bewähren. So ist es gerade die Begegnung mit dem Schicksal, die uns die Chance gibt und zu bewahren, uns dem Schicksal zu stellen.